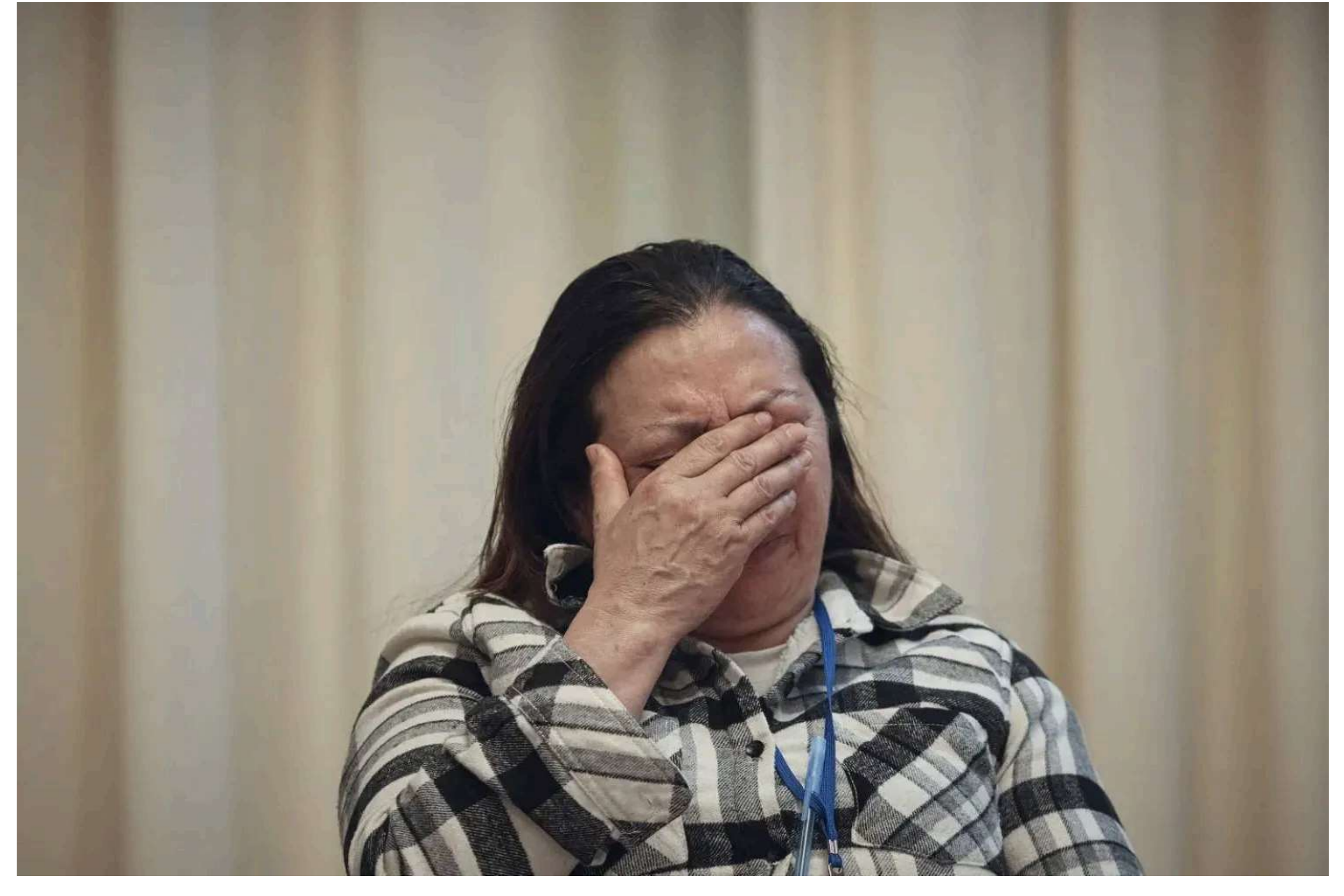
علامات بسيطة في جسدك قد تشير إلى إصابتك بسرطان الأمعاء



من العلامات الرئيسية لسرطان الأمعاء التعب المستمر الذي لا يتحسن مع الراحة (أ.ب)

بيروت: «الشرق الأوسط»

آخر تحديث: 15:44-14 أبريل 2025 م ـ 16 شوّال 1446 هـ
نُشر: 15:40-14 أبريل 2025 م ـ 16 شوّال 1446 هـ

حذَّرت الدكتورة ميغان روسي، المعروفة باسم «طبيبة صحة الأمعاء»، من أعراض قد تبدو بسيطة؛ لكنها تُنذر بسرطان الأمعاء.

الدكتورة ميغان روسي، الأكاديمية في كلية «كينغز» في لندن، والتي تُشارك نصائحها حول تعزيز الصحة، حذَّرت من أعراض مقلقة قد تشير إلى التشخيص الخطير. ومن بين العلامات الرئيسية التي شددت عليها: التعب المستمر الذي لا يتحسن مع الراحة، والانتفاخ المزمن، وفق ما نقله موقع «آيريش ستار».

علامات تحذيرية في الجهاز الهضمي لا يجب تجاهلها

وقالت في تحذيرها: «هناك علامات تحذيرية في الجهاز الهضمي لا يجب تجاهلها: فقدان وزن غير مبرر (5 في المائة أو أكثر من وزن الجسم)، وانتفاخ مستمر ومزعج، ودم في البراز (قد يظهر باللون الأحمر أو الأسود)، وتغيرات غير معتادة في حركة الأمعاء، وتعب لا يتحسن بالراحة».

ويُعد سرطان الأمعاء من الأمراض القابلة للعلاج والشفاء؛ خصوصاً عند الكشف المبكر، ما يرفع معدلات البقاء على قيد الحياة.

تتحدث الدكتورة روسي من تجربة شخصية عن التأثير المدمر لسرطان الأمعاء على العائلات؛ حيث أخبرت: «الذكرى الأولى لي المتعلقة بالأمعاء لم تكن سعيدة. في أثناء دراستي بالجامعة، تم تشخيص جدتي بسرطان الأمعاء. ورغم خضوعها للعلاج، توفيت بعد فترة قصيرة. هل كان مصيرها سيتغير لو تحدثنا بصراحة أكبر عن العلامات التحذيرية؟ أفكر في هذا كثيراً».

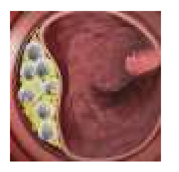
وأكدت روسي أهمية الكشف المبكر، قائلة: «تزداد معدلات سرطان الأمعاء عالمياً؛ خصوصاً بين المولودين بعد عام 1990. أحد الأسباب الرئيسية هو تحولنا من الوجبات التقليدية الغنية بالألياف والأطعمة النباتية، إلى الاعتماد على الأطعمة فائقة المعالجة، واللحوم الحمراء والمُصنَّعة، والسكريات المضافة».

اقرأ أيضاً





السكتة الدماغية... ما أعراضها؟ وكيف تحمي نفسك منها؟



حقائق حول الكوليسترول... كيف تنقذون حياتكم؟



من أسرار العمر الطويل... 6 فيتامينات لا غنى عنها بعد سن الـ50



دواء كولسترول شائع قد يقلل خطر الإصابة بالخرف



«لا تأكلوا هذا في المطار»... قائمة الأطعمة الخطيرة التي يجب تجنبها قبل الصعود للطائرة

مواضيع

الصحة | سرطان | نصائح | الطب البشري | أمراض | العالم | العالم العربي